

LETTRE D'INFORMATION #10 - DÉCEMBRE 2014

BADMINTON



La fin de l'année 2014 approche et les animations au badminton battent leur plein :
* le vendredi 5 décembre : tournoi interne de double loisirs pour les adultes de 19h à 22h30 suivi d'une soirée raclette.
* le mercredi 17 décembre : tournoi interne de simple pour les jeunes répartis en 2 catégories : 8/12 ans et 13/17 ans.

Le début de l'année 2015 ne sera pas en reste non plus, avec l'organisation du tournoi annuel fédéral "les Rennes du bad", qui attend environ 180 joueurs de simple, double et mixte les 3 et 4 janvier de 8h30 à 18h. Espace restauration sur place. Entrée libre. Venez nombreux découvrir ce sport de compétition/.
Bonnes fêtes de fin d'année à tous.

CIRCUIT ROUTIER : DES COURSES ET UN REPAS DE NOËL

Période riche en courses, puisque Rennes a d'abord organisé la 2e manche du championnat vitesse, avant de participer aux 24h du Mans, épreuve phare du calendrier national de slot racing.

Dimanche 9 novembre, 6 équipes locales participaient à la manche vitesse, face à 4 équipes mancelles et 2 équipes briochines. Comme l'année dernière, les Robert ont remporté la manche, devant 2 équipes mancelles cette fois-ci. Un grand bravo à tous les adhérents participants qui ont oeuvré au bon déroulement de la journée (accueil, animation, repas). Tous les résultats de cette journée.

Les 29 et 30 novembre, LFE Rennes a participé aux 24h du Mans de slot racing. 15 équipes dont 3 étrangères (Pays-Bas, Espagne, Belgique). Après une belle bagarre, les 5 pilotes accrochent la 2e place en catégorie GT, sur corvette C6R, juste derrière les Espagnols de Black Arrow !

Vendredi 18 décembre, le groupe organise son traditionnel repas de Noël.

HOCKEY EN SALLE



29/11 : Challenge de Bretagne à St Gilles : Tournoi de préparation pour notre équipe 1ère face à Nantes, St Malo et Caen + Tournoi pour nos U8-U10 et U12.

30/11 : Hockey en salle à Rapatel : les résultats

<u>Equipe 2 le matin</u>
CPB 2 / Carquefou HC 2 : 7/5
CPB 2 / Le Mans : 9/1
<u>U16 l'après-midi</u>
CPB / HC NANTES FILLES : 2/1
CPB / SEGRE : 5/3

13 et 14/12 : 1ère journée du championnat de France de Nationale 1 de hockey en salle à Barentin pour notre équipe 1ère. Matchs face à Lyon, Rouen et St Malo.

A noter l'arrivée dans nos rangs de **Romain LAURIOT DIT PREVOST**, capitaine du Lille Université Club (club d'Elite).

<u>Nous sommes toujours à la recherche de partenaires pour cette saison</u>

SCRABBLE DUPLICATE


Concentration maximum pour trouver le meilleur mot possible

Répondant au souhait de plusieurs joueurs, le club de Rennes a proposé de jouer la 1ère partie des simultanés fédéraux du samedi 22 novembre 2014 au profit du Téléthon.

Ce « scrabblethon » a rassemblé plus d'une vingtaine de joueurs, mélangeant licenciés, anciens joueurs et amis dans une ambiance conviviale. Tous ont ainsi partagé leur passion des mots en ayant à l'esprit une cause qui leur tient d'autant plus à cœur que l'un d'eux est touché par la maladie. Après un peu plus de deux heures de concentration et de sérieux, le jeu laissa place au partage et à un moment d'échanges autour de gâteaux maison, le temps de reprendre aussi des forces pour affronter la partie joker proposée en 2ème partie d'après-midi dans le cadre de cette semaine fédérale.

La générosité des joueurs a permis de récolter 360 € de dons, somme remise en décembre à la coordination départementale d'Ille-et-Vilaine. Un grand merci aux joueurs pour leur importante participation et contribution à la réussite de cette journée. Son succès ne peut que nous encourager à renouveler l'expérience l'an prochain, en la faisant connaître davantage afin de rassembler encore plus de participants.

Votre rubrique jeu :

Solution du jeu de la lettre n° 9 : les trois scrabbles possibles avec A C D E F N O sont DEFONCA – FACONDE et FECONDA.

Nouveau tirage : A B E G L R U. Trouvez trois scrabbles avec ces lettres. *Solution dans le prochain numéro.*

SOPHROLOGIE

Un atelier sophrologie existe au Cercle Paul Bert Rapatel. C'est le seul de tous les Cercles Paul Bert ! Et il existe depuis l'exercice 2009/2010 !

Peut-être ne connaissez-vous pas très bien la sophrologie ?

En quelques mots, la sophrologie c'est un ensemble de techniques et de méthodes qui développent les capacités et les ressources de chaque individu afin de lui permettre de s'adapter aux nouvelles conditions de vie en société. La relaxation, souvent appréciée en sophrologie, est un moyen de base de la sophrologie, mais n'en est pas le but.

La sophrologie c'est l'école du positif et de la conscience de soi. Elle nous apprend à entrer en relation avec nous-mêmes et à nous reconstruire en stimulant le positif dans tous ses aspects, à la fois dans notre corps et dans notre esprit.

La sophrologie c'est donc aussi un mode de vie ; c'est une ouverture vers les autres, vers le monde (nous constatons qu'une meilleure relation à soi et aux autres passe souvent par un développement de la relation au corps).

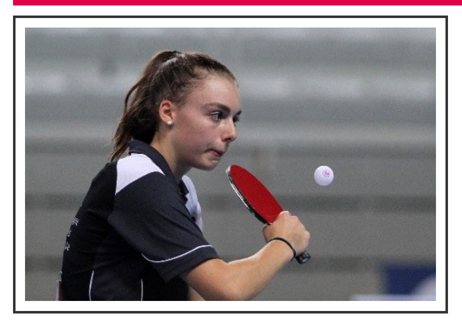
Tout ça dans un esprit chaleureux et convivial.

Les séances se tiennent les lundis à 18h et les mardis à 18h ou 19h30 à Rapatel.

Si vous le souhaitez, vous pourrez obtenir des compléments d'information par l'intermédiaire du secrétariat du Cercle Paul Bert Rapatel qui transmettra votre demande à la sophrologue, Simone Fouchard.

A très bientôt, sans doute !

TENNIS DE TABLE : DE 4 À 85 ANS/.UN SPORT QUI N'A PAS DE LIMITES/.



Les deux derniers Mag's du groupe Tennis de Table ont retracé la vie de deux pongistes du club : Garance LUCAS 14 ans, Guy BIZEUL 85 ans.

En quelques mots, Garance a commencé au club à l'âge de 6 ans après avoir participé à des séances d'activités scolaires. Aujourd'hui classée 11ème française dans sa catégorie (cadette), elle joue au club dans l'équipe 2 en Nationale 3. Elle fait partie du Pôle Espoir et vient de participer récemment à sa première compétition internationale, l'Open de Croatie… Son ambition ? Continuer à progresser pour rentrer dans le classement des 50 meilleurs joueuses françaises…Nous lui souhaitons tous qu'elle y réussisse.



Mais qui ne connait pas Guy ? Doyen du club, ce dernier se bat encore en Championnat par équipe et défend sa place. Ayant récemment participé aux Championnats Départementaux Vétérans et terminé 1er de sa catégorie (V5), il s'est qualifié pour les Bretagne Vétérans…. et sera certainement présent au Championnat de France Vétérans, il s'est également inscrit au Championnat d'Europe Vétérans. Son secret ? « J'ai toujours fait du sport… ». Et pour dire, Guy a créé la section Tennis de Table du CPB en 1946, a encadré également le foot, et pratique exclusivement le Tennis de Table depuis 1987. Est-ce qu'il s'est fixé une date pour arrêter ? « C'est la santé qui va commander… ». Nous lui souhaitons donc la meilleure santé possible pour qu'il puisse continuer à défendre les couleurs du Cercle…

THEATRE

L'assemblée générale a eu lieu le 17 octobre, lors d'un atelier commun en présence de 11 adhérents sur les 21 que compte le groupe théâtre. Un nouveau bureau a été élu :

- Présidente : Ingrid Burgaud
- Trésorier : Mathieu Milin
- Secrétaire : Camille Texier
- Membres du bureau : Sylvie Milin, Jean-Michel Chérel

Dates à retenir : **Les chantiers du Cercle** qui se dérouleront du **15 au 21 juin 2015**, avec la présentation des travaux des 3 ateliers.

INSCRIPTION À LA LETTRE D'INFORMATION : MODE D'EMPLOI

Cette lettre d'information a pour objet de vous faire partager régulièrement les activités qui se déroulent au Cercle Paul Bert Rapatel-Poterie. Si vous avez reçu cette lettre par e-mail, et que vous ne souhaitez pas recevoir les suivantes, vous pouvez vous désinscrire simplement en faisant la demande à votre référent de groupe.

Si vous avez reçu la lettre au format papier, nous vous proposons de recevoir les suivantes par e-mail, de manière à réduire les coûts d'impression et simplifier la diffusion. Pour cela, il vous suffit d'envoyer un e-mail à l'adresse suivante : rapatel@cerclepaulbert.asso.fr

Vous voulez rejoindre les bénévoles de la commission "Lettre d'information" : contactez-nous.